



Sveriges lantbruksuniversitet  
Swedish University of Agricultural Sciences

EPOK – Centrum för ekologisk  
produktion och konsumtion


# Varför köpa ekologisk mat?

## Får vi det vi förväntar oss?

*Ruben Hoffmann, Maria Wivstad, Axel Mie, Anna Wallenbeck  
& Karin Ullvén*

The EPOK logo is the word 'EPOK' in a bold, white, sans-serif font, enclosed within a white rectangular border. It is positioned in the bottom right corner of the page, overlaid on the white plastic bag.

EPOK



*Att förstå vad som avgör våra val när vi köper mat är viktigt för utvecklingen av marknaden för ekologiska produkter. Trots omfattande forskning är kunskapen och förståelsen om konsumenters beteende i samband med matinköp ofullständig. Att förstå konsumenter när det gäller ekologisk mat kompliceras av att certifiering av ekologiska produkter endast gäller produktionsprocessen, medan konsumenternas uppfattning av ekologiska livsmedel tenderar att även omfatta andra aspekter och egenskaper hos produkten. I en kunskapssammanställning\* från EPOK redovisas vad forskning i olika länder säger om några viktiga frågor; Varför köper vi ekologisk mat? Kan vi säga att ekologiskt står för det som konsumenter förväntar sig? Varför köper vi inte mer ekologisk mat? Minskar eller ökar hindren för konsumtion av ekologiska livsmedel på den svenska marknaden? Här sammanfattas delar av denna kunskapssammanställning.*

\*Hoffmann, R. m.fl. 2014. Why do (don't) consumers buy organic food and do they get what they bargain for?. Laddas ned från [www.slu.se/epok](http://www.slu.se/epok)

## Hälsa, smak och miljö dominerar som motiv

Konsumenternas motiv vittnar om att ekologisk mat förväntas ha vissa egenskaper som till exempel att den är mer hälsosam och har godare smak. Många av dessa egenskaper är dock sådana att konsumenten inte själv kan fastställa dem, ens efter att de köpts in och ätits upp. Då är det nödvändigt att kunna förlita sig på information från de som står för märkningen, till exempel organisationen KRAV och livsmedelskedjorna när det gäller deras egna ekologiska varumärken. Den ekologiska certifieringen ger dock inga garantier för egenskaper hos en produkt utan regelverken handlar om hur en vara produceras och behandlas. Kan de egenskaper som konsumenter förväntar sig bekräftas genom forskning ökar trovärdigheten för ekologiska produkter samtidigt som aktörerna på marknaden får stöd i sin marknadsföring.

Huvudmotiven till att konsumenter köper ekologisk mat är att de jämfört med konventionellt producerade alternativ uppfattas som fördelaktiga för:

- Hälsa och näringsinnehåll
- Smak
- Miljö
- Livsmedelssäkerhet
- Djurvälstånd

Konsumenter väljer även bort konventionellt producerade livsmedel till förmån för ekologiska på grund av bristande förtroende för den konventionella livsmedelsindustrin. Andra mindre förekommande motiv att välja ekologiskt inkluderar att stödja den lokala ekonomin, nostalgi, mode och nyfikenhet.

Olika konsumenter har naturligtvis olika motiv till att köpa ekologiskt och det finns en omfattande litteratur som identifierar olika konsumentsegment utifrån exempelvis värderingar och livsstil samt beteenderelaterade och socio-ekonomiska kriterier. Denna litteratur behandlas inte mer ingående här.

### Kulturell variation och förändringar över tid

Hälsa, smak och miljö har visat sig vara de viktigaste motiven runt om i världen även om den relativa betydelsen av motiven kan variera. Av dessa tre motiv har hälsa i ett stort antal studier visat sig vara det främsta. Hur viktigt djurvälstånd är som motiv varierar i högre grad än vad hälsa och smak gör mellan olika kulturer. I Sverige och andra nord-europeiska länder värderas djurvälstånd högre än på många andra håll. Emellertid är etisk konsumtion en växande trend runt om i världen. I en studie av vilka etiska attribut som konsumenter i Tyskland, Italien, Schweiz, Storbritannien och Österrike värdesätter utöver att varan är ekologisk enligt EUs regelverk, så rankades djurvälstånd högst. Dessutom värderas djurvälstånd inte bara utifrån etiska överväganden utan fungerar också som indikator för matens kvalitet och säkerhet. Vissa konsumenter förknippar mat som producerats med en högre standard vad gäller djurvälstånd med högre livsmedelssäkerhet och bättre ätkvalitet.

Motiven för att köpa ekologisk mat förändras över tid samt skiljer sig åt mellan olika konsumentgrupper, vilket belystes i en av Demoskop nyligen publicerad statistisk undersökning som gjordes bland svenska konsumenter. Undersökningen, som till

### Skillnad på "trognare" och tillfälliga konsumenter

Det finns flera studier som visar att de som regelbundet köper ekologiska varor inte har samma motiv som de som bara köper ekologiskt ibland. Även om de viktigaste motiven (hälsa, smak och miljö) är desamma så förknippar de tillfälliga köparna i mindre utsträckning dessa attribut enbart med ekologiska produkter. Regelbundna köpare betonar i högre grad etiska värden som miljö och djurvälstånd, medan tillfälliga köpare mer betonar personliga fördelar som livsmedelssäkerhet och hälsa.

viss del skiljer sig från många vetenskapliga studier där hälsomotivet dominerat, visade att hälften av de som köper ekologiskt anger "miljö och klimat" som skäl till att välja ekologiskt, en fjärdedel anger "mer hälsosamt" medan cirka var tionde anger att det är av "hänsyn till djuren". Yngre åldersgrupper betonade miljö och klimat mer och hälsoskäl mindre än äldre åldersgrupper. Dessa resultat har dock inte gått att verifiera utifrån existerande vetenskaplig litteratur.

En ytterligare något annorlunda bild av motiv framkom i en TNS Sifo-undersökning genomförd på uppdrag av KRAV där svenska konsumenter fick frågan om vad de associerade KRAV-märket med. Vad konsumenter förknippar ekologisk märkning med ger en indikation på hur viktiga olika aspekter är. "Frånvaro av bekämpningsmedel" rankades främst, därefter klimataspekter följt av "bra för djuren" och därefter kvalitets- och hälsoaspekter.



## Nyttiga, säkra och bra för din hälsa?

**Hälsa och näringsinnehåll** som motiv för att köpa ekologiska livsmedel kan baseras på en uppfattning att ekologiska livsmedel är mer hälsosamma, har ett bättre näringsinnehåll eller exempelvis på oro för att bekämpningsmedel som används i konventionell produktion kan påverka hälsan negativt. För de flesta konsumenter spelar livsmedelssäkerhet i normala fall liten roll i valet av livsmedel, men när problem uppmärksammas kan det få mycket stor betydelse. Larmrapporter om mat och diskussioner i media om olika produktionsmetoder har dock lett till ökad medvetenhet om frågor som rör livsmedelssäkerhet. Vissa konsumenter väljer också bort konventionellt producerade livsmedel till förmån för ekologiska när problem med konventionella produktionssystem får medial uppmärksamhet.

### Bekämpningsmedelsrester?

Stickprovskontroller gjorda av Livsmedelsverket visar att spår av bekämpningsmedel hittas i drygt 50 procent av alla provtagna livsmedel i Sverige och att i 3-4 procent av proverna ligger halterna över gränsvärdet. I ekologiska livsmedel hittas små mängder endast i undantagsfall. Bekämpningsmedel sprids i naturen via luft och vatten och därmed finns viss risk att även ekologiska produkter kontamineras.

Kontaminering av ekologiska livsmedel kan även ske under till exempel transport och lagring.

### Bättre näringsinnehåll?

Skillnader i näringsinnehåll mellan ekologiska och konventionella livsmedel har undersökts i ett stort antal studier. När det gäller mejeriprodukter har man kunnat påvisa skillnader i fettsyresammansättning. De ekologiska produkterna har ett större innehåll av omega-3-fettsyror vilket förklaras av ett i genomsnitt större intag av gräsbaserat grovfoder hos ekologiska djur. Liknande gäller förmodligen även ägg och kött, men där finns betydligt färre studier än så länge. Enligt Livsmedelsverket ligger cirka 40-45 procent av alla vuxna och cirka 90 procent av alla barn under det rekommenderade intaget av omega-3. Ett högre intag av dessa fettsyror på befolkningsnivå är alltså önskvärt.

Resultaten från studier som jämfört ekologiska och konventionella vegetabiliska livsmedel varierar och man har vanligen endast kunnat fastställa små skillnader i näringsinnehåll. Studier av frukt och grönsaker har dock visat att ekologiska alternativ kan vara fördelaktiga, till exempel vad gäller vissa antioxidanter.



### Betydelse för hälsan?

I enstaka studier har man undersökt hur konsumtion av ekologiska och konventionella livsmedel påverkar människors hälsa. De fåtaliga studierna tillsammans med ett svårstuderat och svårtolkat samband mellan livsmedlens sammansättning och dess hälsoeffekter, medför att det inte går att säga att ekologiska livsmedel är mer hälsosamma generellt än de konventionella. Vissa kemiska bekämpningsmedel, särskilt en del insektsmedel, har visat sig öka risken för negativa hälsoeffekter. Speciellt utsatta är de som arbetar yrkesmässigt med bekämpningsmedel. Utifrån olika vetenskapliga studier finns det också misstankar, men inte entydiga slutsatser, om negativa effekter vid vanlig exponering via kosten. För en genomgång av det nuvarande kunskapsläget hänvisas till EPOK:s kunskapsyntes om livsmedelskvalitet och hälsoeffekter av ekologisk mat\*

\*Mie, A. m.fl. 2014. Food quality and potential health effects of organic food. Laddas ned från [www.slu.se/epok](http://www.slu.se/epok)

### Mindre risk för övervikt?

En forskningsstudie som baserades på mer än 50 000 vuxna i Frankrike visade att de som åt ekologisk mat mer sällan var överviktiga. I studien korrigerades för exempelvis energiintag, fysisk aktivitet, utbildning och ålder. Det är emellertid oklart huruvida andra livsstilsfaktorer som hänger samman med ekologisk kost kan förklara den minskade risken för övervikt. Forskarna spekulerar om att bekämpningsmedelsrester i den konventionella maten kan ha betydelse för resultaten.

(Kesse-Guyot *et al.*, PLoS ONE, 2013. "Profiles of Organic Food Consumers in a Large Sample of French Adults: Results from the Nutrinet-Santé Cohort Study.")



## Är ekologisk mat godare?

Smaken på ekologiska produkter uppfattas av många, men inte alla, som bättre än smaken på konventionella alternativ.

### Varierande resultat i blindtester...

Det har gjorts en hel del analyser av sensoriska skillnader – det vill säga sådana skillnader som kan upptäckas med hjälp av våra sinnen – mellan ekologiska och konventionella livsmedel. I många studier på frukt och grönsaker har man inte kunnat påvisa några skillnader, men i de studier där man funnit skillnader har jämförelsen oftast varit till de ekologiska produkternas fördel.

Ett annat exempel är köttprodukter som kan variera mycket i mörhet, saftighet och smak beroende på faktorer som till exempel metoder för slakt, skillnader vad gäller foder och djurras, samt hur köttet vidareförädlas och tillagas, vilket gör det svårt att jämföra utifrån indelningen ekologiskt och konventionellt. Det vetenskapliga stödet för en skillnad i smak är alltså inte entydigt.

### ...men det är konsumentens subjektiva upplevelse som räknas

Smak är subjektivt och beror på många faktorer såsom förväntningar, hur produkten är tänkt att användas och tillagas samt konsumentens geografiska och kulturella ursprung. Det är också välkänt att konsumenter tenderar att se varans pris som en indikator på kvalitet. Dessutom kan upplevelsen av en varas attribut såsom smak färgas av individens bedömning av ett annat attribut. Uppfattar konsumenten att en vara har producerats mer miljövänligt eller är nyttigare kan man bli mer positivt inställd också till smaken. Om konsumenter efter att ha köpt, tillagat och ätit ekologisk mat anser att det smakar bättre än ett icke-ekologiskt alternativ spelar resultaten av blindtester mindre roll. Det har dock betydelse för hur ekologiska produkter kan marknadsföras.



## Finns det miljöfördelar?

**Miljömedvetenhet påverkar** människors attityd till ekologiskt, men trots att det ofta anges som ett av de främsta motiven till att köpa ekologiskt har det i flera vetenskapliga studier visats att det jämfört med hälsa och smak inte väger särskilt tungt, förutom i Danmark. Antalet aktuella vetenskapliga studier kring svenska konsumenters motiv att köpa ekologiskt är dock få, och den tidigare nämnda statistiska undersökningen av Demoskop visade att miljömotivet idag är starkt framförallt bland yngre svenska konsumenter, vilket kan tyda på att betydelsen av olika motiv är på väg att förändras.

### Varierad betydelse för olika miljömål

I vilken utsträckning ekologiskt producerad mat kan ge miljöfördelar framför konventionellt producerad är en komplex fråga. Jordbruksproduktionen påverkar en rad olika miljöfrågor såsom klimatförändring, övergödning, spridning av bekämpningsmedel, samt biologisk mångfald. Vetenskapliga studier visar att effekten av ekologisk produktion skiljer sig beroende på vilken av dessa miljöfrågor det handlar om.

Ekologiskt lantbruk har i studier från olika håll i världen har ekologiskt lantbruk visats ge en på det hela taget större biologisk mångfald överlag. Den positiva effekten av ekologisk produktion är tydligare i odlingslandskap med stor andel åkermark än i småbrutna mosaiklandskap där det finns mycket

naturlig växtlighet. För en genomgång av det nuvarande kunskapsläget hänvisas till en av EPOK genomförd kunskapsyntes om ekologiskt lantbruk, biologisk mångfald och ekosystemtjänster\*.

När det gäller det nationella miljömålet om en giftfri miljö är det givet att ekologisk produktion bidrar till minskad spridning av kemiska bekämpningsmedel till luft och vatten eftersom dessa inte används på den ekologiskt odlade jordbruksmarken. Däremot varierar de vetenskapliga resultaten vad gäller klimatpåverkan och effekter på övergödning, vilket bland annat beror på skillnader i vilken typ av ekologiska och konventionella system som jämförs, samt lokala förhållanden i form av jordegenskaper och klimat. Ekologiska gårdar har dock genomsnittligt lägre kväveöverskott per hektar (totalt tillfört kväve på gården minus bortfört via vegetabiliska och animaliska livsmedel) än konventionella gårdar. Ett lågt kväveöverskott medför en lägre risk för förluster av kväve till vattendrag per hektar, och är ett relevant riskmått för övergödning lokalt. Kväveförluster till vatten i relation till producerad mängd ligger dock i allmänhet på samma nivå eller - främst när det gäller växtodlingsgårdar - högre inom ekologisk produktion jämfört med konventionell. Sammantaget kan man därför inte generalisera vad gäller effekten av ekologiskt lantbruk på övergödande utsläpp.

Generella slutsatser om klimatpåverkan när det gäller jämförelser mellan ekologisk och konventionell produktion är också mycket svåra att göra. Förenklat kan det dock sammanfattas med fördel ekologiskt när det gäller klimatpåverkan räknat per hektar medan det när det gäller klimatpåverkan per kg produkt på en övergripande nivå är i stort sett oavgjort. Variationen är dock mycket stor mellan olika produkter. För en genomgång av det nuvarande kunskapsläget hänvisas till EPOK:s kunskapsyntes om ekologisk produktion och klimatpåverkan\*\*.

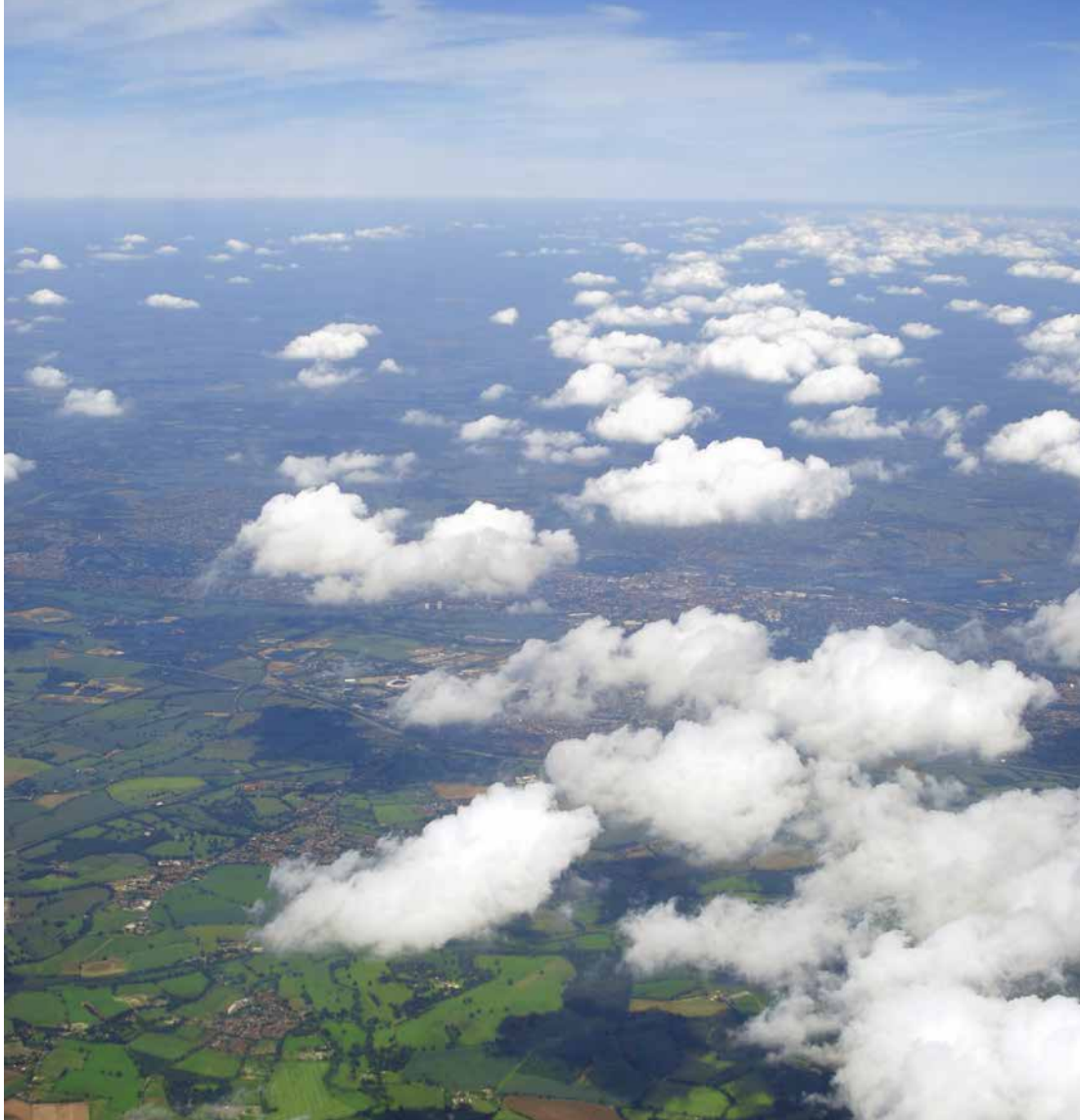
### Ökad biologisk mångfald

I en studie från 2014 baserad på data från de senaste 30 åren fann man att ekologisk odling i genomsnitt ökade den biologiska mångfalden (växter, insekter och andra djur) med 30 procent. Variationen mellan olika typer av organismer var dock betydande. Till exempel fann man att markorganismer nästan inte påverkades alls, medan artrikedomen av växter och vissa pollinerare var 50 procent större i ekologisk odling.

(Tuck et al., Journal of Applied Ecology, 2014)

\* Winqvist, C. 2013. Ekologiskt lantbruk, biologisk mångfald och ekosystemtjänster – i ett landskapsperspektiv. Laddas ned från [www.slu.se/epok](http://www.slu.se/epok)

\*\* Rööf, E., Sundberg, C., Salomon, E. & Wivstad, M. 2014. Ekologisk produktion och klimatpåverkan. Laddas ned från [www.slu.se/epok](http://www.slu.se/epok)



### **Svensk klimatjämförelse – ekologisk och konventionell produktion**

I en svensk studie från 2011 jämfördes klimatpåverkan från ekologisk och konventionell produktion. Beräkningarna visade att ekologisk vallodling (foder till kor och andra idisslare) ger låga klimatutsläpp i jämförelse med konventionell vallodling. Vid odling av proteingrödor, ärtor och bönor, fann man ingen skillnad mellan ekologisk och konventionell produktion, inte heller mellan ekologisk och konventionell mjölkproduktion. Vid produktion av ekologisk spannmål fann man en stor variation i klimatpåverkan som berodde på skördenivå och hur man lyckades anpassa kvävegödslingen, vilket gjorde att det inte gick att uttala sig om skillnader mellan ekologiskt och konventionellt.

(Cederberg m.fl., SIK-rapport 830, 2011.)



## Har djuren det bättre i ekologisk produktion?

Ekologisk djurhållning skiljer sig från konventionell på ett antal punkter och har ett tydligt mål om god hälsa och välfärd för djuren. Ekologisk produktion ställer andra krav på inhysning, med mer utrymme, stimulerande miljö och möjligheter till utevistelse. Det finns regler om foder, till exempel att alla djur ska ha fri tillgång till grovfoder för att kunna utföra naturliga födosöksbeteenden samt hur stor andel kraftfoder som får ges. Dessutom är medicinering av djuren striktare reglerad.

### För- och nackdelar i båda systemen

Forskningen ger inte entydiga bevis för att djurvården generellt är bättre eller sämre i ekologiska produktionssystem, men problemen är delvis anorlunda mot i konventionell produktion. Kraven på utevistelse i ekologisk produktion ger några tydliga fördelar för djurens välfärd som beror på att de får beta, ha större möjligheter till naturligt artspecifikt beteende, tillgång till större yta och frisk luft. Men utevistelsen kan också påverka djurens

välfärd negativt eftersom djuren är mer utsatta för till exempel parasitsmitta.

I ekologisk produktion har grisarna större möjligheter till naturligt beteende men utsätts samtidigt för andra hälsorisker än i konventionell produktion. Data från slakterier har visat att vissa hälsoproblem, såsom svansskador och luftrörssjukdomar, är mindre vanliga hos slaktsvin från ekologisk utomhusproduktion, medan andra problem, till exempel ledsjukdomar och leverskador orsakade av parasiter är vanligare.

Hälsoläget i ekologisk mjölk- och äggproduktion har befunnits likna dem i konventionella produktionssystem. Det finns dock stor variation mellan olika gårdar och god djurvälfärd beror till stor del på djurhållarens kompetens.





## Varför köper vi inte (mer) ekologisk mat?

Huvudorsakerna till att konsumenter *inte* köper mer ekologisk mat är: det högre priset, dålig tillgänglighet, otillräcklig marknadsföring, misstro mot ekologisk certifiering och märkning, kvalitetsbrister på ekologiska varor och att man är tillfreds med konventionellt producerade livsmedel. Dessa barriärer är ungefär desamma i olika länder, även om den relativa betydelsen av dem kan variera.

### Pris och tillgänglighet

Prispåslaget på ekologiska produkter kan variera betydligt mellan olika produktgrupper och påverkas bland annat av var man befinner sig och typ av butik. Samtidigt som prispåslaget för vissa ekologiska produkter har ökat så finns det en stark trend att livsmedelskedjorna marknadsför ekologiska produkter under sina egna varumärken till ett lägre pris.

Tillgänglighet handlar till exempel om var de ekologiska produkterna finns att köpa och hur stort sortimentet är. Antalet KRAV-certifierade produkter har ökat väsentligt under de senaste åren, och de tre dominerande livsmedelskedjorna Axfood,

COOP och ICA har idag mellan 1000 och 2500 ekologiska produkter i sitt sortiment. Regelverk påverkar naturligtvis produktionsförutsättningarna och därmed vilka produkter som finns tillgängliga på marknaden.

### Trovärdig märkning

Att certifiering och märkning uppfattas som trovärdig är grundläggande för att vi ska välja ekologisk mat. KRAV-märket känns igen av de flesta i Sverige och ekologisk märkning uppfattas som trovärdigt i högre grad än till exempel i Storbritannien eller USA, men i lägre grad än i Danmark.

### Ökande marknadsandelar och fler egna varumärken

Sedan 2004 har marknaden för ekologisk mat i Sverige grovt räknat mer än fördubblats, och närmar sig fem procent av marknaden för livsmedel. Ökade marknadsandelar för ekologiska livsmedel i kombination med att handeln investerar i egna ekologiska varumärken kan minska hindren för ökad ekokonsumtion genom lägre priser, bättre tillgänglighet och utökad marknadsföring.

## Till sist...

**Ekologiskt producerad mat** har vissa fördelar framför konventionellt producerad, men stöd för att ekologiskt är bättre saknas i den vetenskapliga litteraturen inom flera av de områden som värdesätts av konsumenterna. Huvudmotiven för att köpa ekologiskt hänger samman med sådana egenskaper som vi som konsumenter inte själva kan bedöma, och vi måste därför lita till den information som tillhandahålls. Kombinationen av den typen av egenskaper och bristen på entydiga vetenskapliga bevis som stöder exempelvis positiva hälsoeffekter begränsar hur ekologisk mat kan marknadsföras eftersom förtroende är mödosamt att bygga upp, men lätt kan gå förlorat. Det bör dock betonas att bristande vetenskaplig bevisning till stöd för de motiv konsumenter uppger inte påverkar det värde som konsumenterna upplever.

### Behov av fördjupad och uppdaterad kunskap

Mer forskning behövs kring skillnader i olika mervärden mellan ekologisk och konventionell mat eftersom dagens kunskap ger ofullständiga och varierande belägg för egenskaper som konsumenter efterfrågar hos ekologiska livsmedel.

Marknadsförutsättningar förändras och det gör även konsumenternas uppfattningar och beteenden. Konsumenter efterfrågar i allt högre utsträckning etiska värden som inte bara omfattar miljö, utan även aspekter såsom rättvis handel och lokalproducerad mat. Denna trend har i kombination med handelns strategier med egna varumärken inneburit att det blivit allt vanligare med flera typer av märkningar på en och samma ekologiska produkt. Att förstå hur konsumenter upplever kombinationen av ekomärken med annan märkning, till exempel "Fair Trade"-märkning, blir mot bakgrund av den pågående utvecklingen betydelsefullt för hur den ekologiska marknaden kommer utvecklas i framtiden.

De flesta vetenskapliga studier som genomförts i Sverige är nu några år gamla och deras relevans kan ifrågasättas på grund av de förändringar som skett de



senaste åren. Ny och uppdaterad forskning skulle behövas för att besvara flera frågor som är viktiga för den ekologiska marknadens stabilitet och framtida utveckling. Exempel på sådana frågor är hur mycket svenska konsumenter är villiga att betala för olika egenskaper hos ekologisk mat och hur konsumenters uppfattning och värdering av ekomärkt mat påverkas av handelns egna varumärken för ekologiskt och annan typ av märkning. Andra viktiga frågor är hur ekologiska livsmedel kan differentieras för att tillgodose olika konsumenters önskemål och hur de ekonomiska förutsättningarna för ekologiska lantbrukare påverkas av till exempel förändrade konsumtionstrender. För den framtida utvecklingen av den ekologiska marknaden är det nödvändigt att konsumenter upplever att de får vad de betalar för när de köper ekologiskt, samt att det merpris som konsumenter betalar kommer företag i hela livsmedelskedjan till del.

*Denna broschyr är en sammanfattning av rapporten  
”Why do (don’t) consumers buy organic food and do  
they get what they bargain for?”.*

*Hela rapporten går att beställa ([Pelle.Fredriksson@slu.se](mailto:Pelle.Fredriksson@slu.se))  
eller ladda ned från [www.slu.se/epok](http://www.slu.se/epok).*

